

# ROZVRH CVIČENÍ od října 2018

		PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDĚLE
R Á N O	08.00-09.00	HIGH POWER TRX SCHWINN CYCLING Tonda				HIGH POWER TRX SCHWINN CYCLING Tonda		
	08.30-09.30						SCHWINN CYCLING TRX Tonda / Kája střídání lektorů	
	10.00-11.30							
	09.00-10.30			TRX SCHWINN CYCLING Kája				
V E Č E R	16.15-17.15							
	17.30-18.30	POWER JÓGA Míša	TABATA HIIT total body, hýždě, core Monika	SCHWINN CYCLING Šárka		PEVNÉ BŘICHO Zuzka		
	18.45-19.45	TRX Kája	BODY FORM Simča	BOSU CARDIO Lěňa		POWER STEP+ BŘICHO Simča		POWER CORE/ BOSU STABILITY Evča
	20.00-21.00	HIIT Kája	TRX Tonda	POWER JÓGA Lěňa		CROSS FIT Radek		

[www.gymblesun.cz](http://www.gymblesun.cz), tel. 731551 169, Jihomoravské náměstí 3, 62700 Brno